

Полученные данные могут быть использованы в практике семейного консультирования для гармонизации ценностной структуры супружеских пар, а такие личностные характеристики, как адаптивные способности и оптимизм-пессимизм могут играть роль конкретных мишеней в коррекции супружеских диспозиций.

Л.Г. Попова, С.Е. Балина

ОСОБЕННОСТИ ПОВЕДЕНИЯ СУПРУГОВ С РАЗНОЙ СТЕПЕНЬЮ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ БРАКОМ В КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЯХ

Психологическое здоровье семьи является главным показателем ее благополучия. Семейные конфликты стали широко распространенным явлением, что свидетельствует о дисгармонии в семейных отношениях. Задача выявления сущности, причин, форм проявления конфликтов является на сегодня особенно актуальной для науки, так как в период трансформации общества возрос показатель разводов, особенно среди молодых семей.

В последние годы проблемы, связанные с конфликтами в семье, многократно становились предметом исследований в области социологии (А.И. Антонов, В.М. Медков [3]; В.А. Сысенко [19]), психотерапии (Ю.Е. Алешина [1]; Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис [20]; А.Я. Варга [6]) и психологии (Н.Н. Обозов, А.Н. Обозова [14]; В.П. Левкович, О.Э. Зуськова [12]; Н. В. Гришина [11] и др.).

Проведенный нами анализ работ, посвященных вопросам семьи, брака, в частности супружеским конфликтам и феномену удовлетворенности браком, показал, что в литературе по проблемам удовлетворенности браком существует некоторая неоднозначность терминологии. С нашей точки зрения, наиболее удачным является определение, согласно которому *удовлетворенность браком* понимается как внутренняя субъективная оценка, отношение супругов к собственному браку.

Э. Г. Эйдемиллер и В. В. Юстицкис различают осознанную и плохо осознаваемую («тлеющую») неудовлетворенность браком [20. С. 304]. В случае осознанной неудовлетворенности обычно наблюдается открытое признание супругом того, что семейные отношения его не удовлетворяют, при этом, как правило, упоминается какое-то весьма важное и психологически объяснимое обстоятельство, мешающее немедленно разойтись (чаще всего дети или жилищные трудности). Осознанная неудовлетворенность нередко сопровождается конфликтом между супругами. Иначе проявляется «тлеющая» неудовлетворенность. Супругом выражается относительная удовлетворенность семейной жизнью: «Живем нормально», «Не хуже, чем другие люди». Истинная же неудовлетворенность выявляется косвенным путем: через выражение чувств и состояний (монотонность, скука, бесцветность жизни). Так же неудовлетворенность может проявляться в многочисленных жалобах на различные частные стороны семейной жизни.

На удовлетворенность браком оказывает влияние множество факторов: эмоционально-психологические потребности супругов (в близких людях, в брачном партнере, в доверительно-дружеском общении, в поддержке, взаимопомощи, сотрудничестве и т.д.); кратковременность добрачного знакомства будущих супругов; ранний возраст вступления в брак (до 21 года); трудовая стабильность; уровень образования супругов; жилищные условия, материальная обеспеченность; расхождение мнений супругов в отношении значения профессиональной деятельности для женщин, распределения власти в семье, характера проведения свободного времени, распределения семейных обязанностей и пр.

В определенные периоды изменения цикла жизни семьи появляется тенденция к кризисам и конфликтам. Наиболее критическими периодами являются: 1 год, 4-6 лет и 17-25 лет совместной жизни супругов [10; 16; 19].

Существуют многочисленные причины семейных конфликтов: разные взгляды на семейную жизнь; нереализованные ожидания и неудовлетворенные потребности, связанные с семейной жизнью; пьянство одного из супругов;

супружеская неверность; грубость, неуважительное отношение друг к другу; нежелание мужа помогать жене в домашних делах; бытовая неустроенность; неуважительное отношение мужа к родственникам жены и наоборот; различия в духовных интересах и потребностях и т.п. [2; 5; 8; 11; 18].

Конфликты в семье могут создавать психотравмирующую обстановку для супругов, их детей, родителей, в результате чего происходит формирование отрицательных свойств личности. В конфликтной семье закрепляется отрицательный опыт общения, теряется вера в возможность существования дружеских и нежных взаимоотношений между людьми, накапливаются отрицательные эмоции, появляются психотравмы. Выделяют такие психотравмирующие переживания, как состояние полной семейной неудовлетворенности, «семейная тревога», нервно-психическое напряжение и состояние вины [4].

Психологи выделяют ряд стратегий поведения, которые склонны выбирать супруги, оказываясь в конфликтной ситуации [5].

1. *Уход* от разрешения возникшего противоречия.
2. *Сглаживание*, когда одна из сторон либо оправдывает себя, либо соглашается с претензией, но только на данный момент.
3. *Компромисс* – открытое обсуждение мнений, направленных на поиск наиболее удобного для обеих сторон решения.
4. *Конфронтация* – неблагоприятный и малопродуктивный исход конфликта – никто из участников не принимает во внимание позицию другого.
5. *Принуждение* – самый неблагоприятный вариант, когда супруга принуждают силой или психологическим давлением согласиться или действовать по указанию более властной или сильной стороны.

Безусловно, тяжелее всего бывает супругам, которые искренне хотят достичь компромисса при разрешении конфликтной ситуации, а сталкиваются с попыткой партнера проигнорировать сам факт конфликта.

Находясь непосредственно в ситуации конфликта, нет смысла обвинять партнера в выборе неоптимального поведения. Это скорее способно усугубить конфликт. Однако,

когда инцидент будет исчерпан, и жизнь семьи войдет в свое обычное русло, необходимо в спокойной обстановке обсудить с партнером поведение его и свое собственное в конфликтной ситуации и попытаться прийти к соглашению об использовании в дальнейшем более конструктивных стратегий.

Наиболее эффективные стратегии поведения в семейных конфликтах: сотрудничество и компромисс. К неблагоприятным и малопродуктивным стратегиям относятся: соперничество (конфронтация), избегание (уход).

В январе-феврале 2009 года нами было проведено исследование супружеских пар с целью выявления особенностей поведения в конфликтных ситуациях у супругов с разной степенью удовлетворенности браком.

В исследовании приняли участие 100 человек (50 супружеских пар) в возрасте от 20 до 53 лет.

Для реализации цели нашей работы мы использовали следующие методики:

1. Методика «Опросник удовлетворенности браком» (В.В. Столин, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко) [9].
2. Методика «Общение в семье» (Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовская) [17].
3. «Методика диагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении» (В.В.Бойко) [15]. Нам было важно выяснить, совпадают ли стратегии поведения супругов в семье и вне семьи (на работе, с друзьями и т.д.).
4. Модифицированная нами методика «Самооценка направленности контакта» (О.П. Елисеев) [7]. Модификация заключалась в изменении формулировок некоторых вопросов.
5. Разработанный нами опросник «Взаимоотношения в семье», состоящий из трех частей: вводная часть, демографическая часть и основной блок. Основной блок включает вопросы, затрагивающие эмоционально-духовную сферу супружеской жизни, вопросы, касающиеся распределения обязанностей в семье, а также вопросы, посвященные супружеским конфликтам. Также респондентам, чей стаж семейной жизни составлял больше года, предлагалось отметить на графике «линия совместной жизни» периоды, когда было трудно

договориться с супругом(ой), найти общий язык или понять друг друга.

6. Авторский вариант методики «Незаконченные предложения». Данная методика позволила выяснить, какую ценность для супругов имеет семья, каковы, по мнению опрашиваемых, условия счастливого супружества, основные причины конфликтов и «идеальные» стратегии поведения в конфликтных ситуациях с супругом.

Результаты исследования

Среди 50 пар, принявших участие в нашем исследовании, 39 пар состоят в зарегистрированном браке, 11 пар – проживают вместе, но официально не состоят в браке («гражданский брак»). Стаж совместного проживания у испытуемых составляет от 5 месяцев до 33 лет.

Для 35 пар, принимавших участие в нашем исследовании, брак является первым (учитывая «гражданские браки»). В 11-ти парах брак не является первым по счету для одного из супругов (8 из них мужчины и 3 – женщины). В 4 парах данный брак не является первым по счету для обоих супругов.

Что касается наличия детей в семье, то из 50 супружеских пар, участвующих в нашем исследовании, 25 пар имеют детей, 21 пара без детей, 4 пары ожидают появления ребенка (супруга находится в положении).

По данным, полученным в результате проведения методики «Опросник удовлетворенности браком», все супружеские пары мы разделили в зависимости от степени удовлетворенности браком на три основные группы: благополучные, неблагополучные и супружеские пары, в которых один супруг удовлетворен браком, другой – нет.

В группу «благополучные пары» вошли пары, в которых оба супруга набрали более 28 баллов, таких пар оказалось 39 из 50.

По результатам опросника «Взаимоотношения в семье» и методики «Незаконченные предложения» мы выявили, что семья в представлениях как мужчин, так и женщин, это, прежде всего: смысл жизни, надежный тыл, любящие, понимающие и близкие по духу люди. Главными условиями

счастливой супружеской жизни испытуемые считают: взаимопонимание, взаимоуважение, любовь, уверенность в супруге (табл.1).

Для благополучных супружеских пар на первый план в качестве залога счастливого супружества выходит взаимопонимание (50%), а для неблагополучных пар – дети (38%). Возможно, это обстоятельство можно объяснить тем, что среди семей, попавших в категорию «благополучные», по сравнению с «неблагополучными», больший процент пар не имеют детей (48% и 25% соответственно).

Большинство супружеских пар, принявших участие в нашем исследовании, ориентированы на эгалитарный тип построения семьи и совместную деятельность супругов во всех сферах семейной жизни.

Анализ ответов на вопрос о распределении домашних обязанностей в семье показал, что в неблагополучных семьях женщине отводится большая роль в распределении семейного бюджета (37,5%) по сравнению с благополучными семьями (7%), в которых финансовые вопросы решают оба супруга.

Таблица 1

Соотношение категорий ответов на вопрос «Залогом счастливой супружеской жизни является...»

| Категории ответов | | Благополучные семьи, % | Неблагополучные семьи, % | Семьи, в которых один из супругов удовлетворен браком, другой – нет, % |
|-------------------|---------------------------|------------------------|--------------------------|--|
| 1. | Взаимопонимание | 50* | 25 | 23 |
| 2. | Взаимоуважение | 28 | 13 | 15 |
| 3. | Любовь | 25 | 25 | 23 |
| 4. | Уверенность в супруге | 21 | 0 | 31 |
| 5. | Умение договариваться | 14 | 13 | 0 |
| 6. | Дети | 9 | 38 | 23 |
| 7. | Материальное благополучие | 8 | 13 | 8 |
| 8. | Здоровье | 5 | 13 | 8 |

| | | | | |
|----|--------|---|----|----|
| 9. | Другое | 8 | 13 | 23 |
|----|--------|---|----|----|

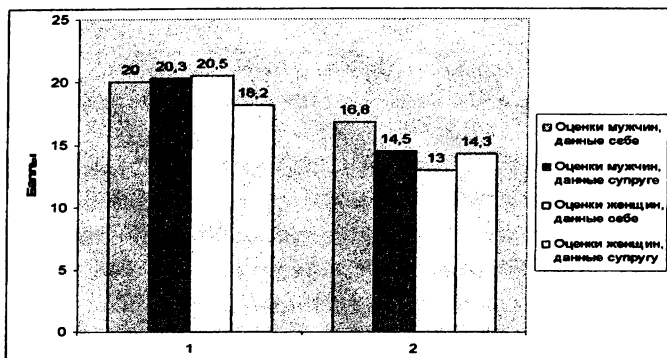
Примечание: * – жирным шрифтом выделены данные, относительно которых по критерию Фишера были получены достоверные различия

Кроме того, в неблагополучных супружеских парах женщина чаще выступает в роли лидера в отношениях, и за ней остается решающее слово во всех семейных вопросах (37,5%), в благополучных семьях решения принимают оба супруга либо это остается привилегией мужчины. На то, что жена имеет решающее слово, указывают лишь 10% опрошенных.

Полученные данные достоверно различаются, согласно критерию Фишера, и соотносятся с данными исследований Р. Кеттелла, которые свидетельствуют о том, что в прочных браках, как правило, доминируют мужья, но степень доминирования не должна быть слишком велика [13].

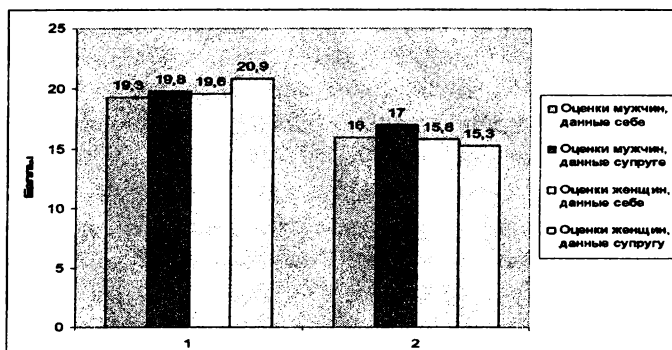
В семьях, в которых один из супругов удовлетворен браком, а другой – нет, наблюдаются рассогласования в ответах супругов относительно распределения обязанностей в семье в настоящее время.

Результаты методики «Общение в семье» показали, что в абсолютно благополучных семьях (к этой категории относятся те пары, в которых оба супруга набрали от 39 до 48 баллов по опроснику удовлетворенности браком) по сравнению с неблагополучными семьями наблюдается высокий уровень доверия в паре (рис. 1); супруги лучше понимают друг друга (рис. 2); имеют сходные взгляды относительно воспитания детей, взаимоотношений с родственниками и друзьями, увлечений и т.д. (рис. 3); общение между супругами является наиболее легким и комфортным (рис. 4); супруги свободно могут обсуждать волнующие их темы друг с другом, а если у одного из супругов неприятности, плохое настроение, то общение с женой (мужем) может принести значительное облегчение (рис. 5).



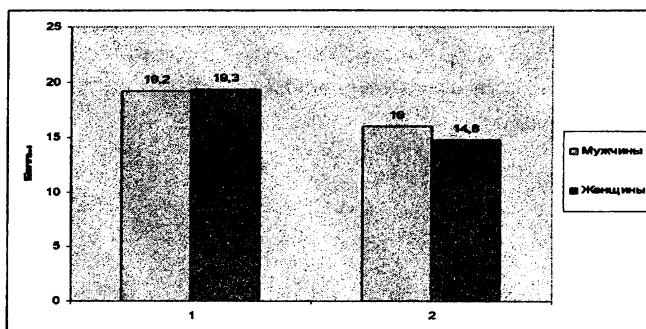
Примечание: 1 – супруги, абсолютно удовлетворенные браком; 2 – неблагополучные супружеские союзы

Рис. 1. Степень доверительности общения в супружеской паре



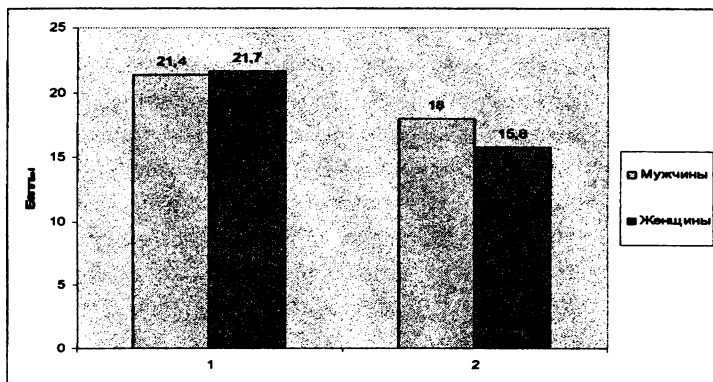
Примечание: 1 – супруги, абсолютно удовлетворенные браком; 2 – неблагополучные супружеские союзы

Рис. 2. Степень взаимопонимания между супругами



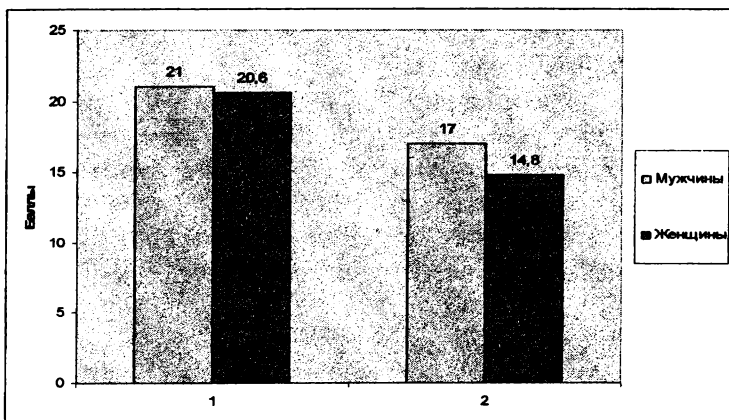
Примечание: 1 – супруги, абсолютно удовлетворенные браком; 2 – неблагополучные супружеские союзы

Рис. 3. Сходство во взглядах между супругами



Примечание: 1 – супруги, абсолютно удовлетворенные браком; 2 – неблагополучные супружеские союзы

Рис. 4. Легкость общения между супругами



Примечание: 1 – супруги, абсолютно удовлетворенные браком; 2 – неблагополучные супружеские союзы

Рис. 5. Психотерапевтичность общения в супружеских парах

Используя критерий Манна-Уитни (для уровня значимости 0,95), мы выяснили, что различия показателей

семей, абсолютно удовлетворенных браком, и показателей неблагополучных семей являются достоверными.

Общение в семьях, где один из супругов удовлетворен браком, другой – нет, воспринимается по-разному: один из супругов считает его легким, доверительным, в то время как второй считает, что в семье нет взаимопонимания и доверия.

Следует отметить, что по результатам опросника «Взаимоотношения в семье» эмоционально-духовная близость является важным и необходимым условием семейного счастья для всех супругов. Особую значимость приобретает поддержка со стороны супруга и сходство интересов. Однако доверие и откровенность, а также возможность супруга поступиться своими интересами, наиболее значимы для супругов из неблагополучных семей.

В психологической литературе существуют данные о том, что «психологическое расстояние» между членами семьи не должно быть очень большим или очень близким (симбиоз) – это может привести к семейной дисфункции.

Мы выяснили, что в благополучных парах супруги в большей степени предоставляют своей второй половине право на личную жизнь, по сравнению с супругами из неблагополучных семей.

Далее рассмотрим особенности проявления конфликтности в семьях с разной степенью удовлетворенности браком, согласно результатам опросника «Взаимоотношения в семье» и результатам методики «Незаконченные предложения». Частота конфликтных ситуаций меньше в семьях с высоким уровнем удовлетворенности браком, и наоборот.

В качестве наиболее критического периода семейной жизни супруги, принявшие участие в нашем исследовании (55%), указывают первые три года совместного проживания. Этот непростой период в жизни супругов связан с установлением психологической и пространственной дистанции с родительскими семьями, с решением вопросов организации каждодневного быта семьи, с распределением и согласованием семейных ролей, с решением о продолжении рода.

К 8-12 годам постепенно супружеская жизнь стабилизируется (только 18% опрошенных отметили этот период как критический). Однако с течением времени, как отмечают испытуемые, взаимоотношения супругов вновь становятся более сложными и проблемными (13-17 лет – у 26%, 18-25 лет – у 38%). Этот период может быть связан с подрастанием детей, повышением их самостоятельности и независимости, переходом семьи на новую стадию развития и адаптацией к новым условиям, с однообразием жизни и т.д.

Полученные данные согласуются с данными С. Кратохвила [10] и И.В. Самоукиной [16].

Среди сфер, в которых возникают проблемы и разногласия между супругами, можно выделить три основные: хозяйственно-бытовая (44%), эмоционально-духовная (35%), материальная (27%) (табл. 2).

Таблица 2

В каких сферах семейной жизни чаще всего возникают проблемы и разногласия с супругом (ой)

| Вариант ответа | Благополучные семьи, % | Неблагополучные семьи, % | Семьи, в которых один из супругов удовлетворен браком, другой – нет, % |
|----------------------------|------------------------|--------------------------|--|
| Интимно-сексуальная | 12 | 25 | 21 |
| Хозяйственно-бытовая | 46 | 38 | 42 |
| Родительско-воспитательная | 15 | 12,5 | 7 |
| Эмоционально-духовная | 35 | 12,5 | 36 |
| Материальная | 20 | 62,5 | 42 |

Примечание: * – жирным шрифтом выделены данные, относительно которых по критерию Фишера были получены достоверные различия

Однако в неблагополучных семьях супружеские конфликты на почве материальных вопросов возникают

значительно чаще (на это указывают 62,5% супругов, принадлежащих к данной категории семей).

Среди основных причин супружеских конфликтов мужчины и женщины указывают, прежде всего, на непонимание, бытовые разногласия, материальные вопросы, эгоизм, неуступчивость и несдержанность (табл. 3).

Таблица 3

Соотношений категорий ответов на вопрос «Причинами конфликтов между супругами, как правило, являются...»

| Категории ответов | Благополучные семьи, % | Неблагополучные семьи, % | Семьи, в которых один из супругов удовлетворен браком, другой – нет, % |
|--|------------------------|--------------------------|--|
| Непонимание | 41 | 13 | 38 |
| Бытовые разногласия | 20 | 38 | 15 |
| Материальные вопросы | 11 | 63 | 23 |
| Эгоизм | 15 | 13 | 8 |
| Неуступчивость | 11 | 0 | 23 |
| Несдержанность | 11 | 0 | 8 |
| Неумение и нежелание слушать и слышать | 9 | 0 | 0 |
| Сексуальная дисгармония | 0 | 38 | 8 |
| Недоверие | 4 | 0 | 8 |
| Другое | 8 | 0 | 0 |

Примечание: * – жирным шрифтом выделены данные, относительно которых по критерию Фишера были получены достоверные различия

При этом супруги из благополучных семей делают основной акцент на непонимании, различных точках зрения супругов относительно данной ситуации, в то время как супруги, относящиеся к категории неблагополучных пар,

считают, что конфликты в семьях возникают, прежде всего, вследствие сексуальной дисгармонии и при решении финансовых вопросов.

Что касается особенностей поведения супругов в семейных конфликтах, то по результатам методик: «Самооценка направленности контакта», «Доминирующая стратегия психологической защиты в общении» и «Незаконченные предложения», мы получили следующие данные.

В благополучных семьях подавляющее большинство женщин (68%) и достаточно большой процент мужчин (33%) в супружеских конфликтах используют наиболее эффективную стратегию поведения – сотрудничество со своим супругом.

Также супруги довольно часто используют такие стратегии поведения, как приспособление, избегание, компромисс.

«Идеальными» стратегиями поведения в решении семейных конфликтов супруги считают сотрудничество, открытое, спокойное обсуждение и анализ ситуации под четким контролем своих эмоций (табл. 4).

Таблица 4

Соотношение категорий ответов на вопрос «В случае конфликта с супругом(ой) прежде всего нужно...»

| Стратегии поведения | Благополучные семьи (всего), % | Неблагополучные семьи, % | Семьи, в которых один из супругов удовлетворен браком, другой – нет, % |
|---|--------------------------------|--------------------------|--|
| Открыто обсуждать проблему (сотрудничество) | 34 | 13 | 8 |
| Уступить | 18 | 13 | 23 |
| Найти компромисс | 8 | 50 | 15 |
| Уйти от проблемы (избегание) | 4 | 25 | 30 |
| Настоять на своем | 4 | 0 | 0 |

| | | | |
|----------------------------|-----------|----------|----------|
| (соперничество) | | | |
| Контролировать свои эмоции | 36 | 25 | 45 |
| Анализ ситуации | 18 | 0 | 0 |
| Другое | 3 | 0 | 0 |

Примечание: * – жирным шрифтом выделены данные, относительно которых по критерию Фишера были получены достоверные различия

В отношениях с окружающими мужчины также демонстрируют различные способы защиты: миролюбие, избегание, агрессию, а у женщин доминирующей стратегией защиты в общении является избегание.

В неблагополучных семьях 75% мужчин склонны к соперничеству, то есть навязыванию своего мнения во взаимоотношениях с супругой, в то время как большинство женщин (также 75%) нацелены на компромисс. В этой ситуации супругам действительно сложно договориться и прийти к единому пониманию сущности проблемы. При этом супруги из неблагополучных семей полагают, что наилучший вариант поведения в конфликте с супругом – это успокоиться, постараться найти компромисс или уйти от проблемы.

Возможно, соперничая с супругой, мужчина пытается самоутвердиться за ее счет, доказать свою мужественность, свое превосходство и разрядить накопившиеся эмоции, которые не могут найти выход в общественной, внесемейной жизни. Интересно, что в качестве доминирующей стратегии защиты в обществе в целом теми же мужчинами используется миролюбие.

Женщины из этой категории семей в равной степени используют стратегии миролюбия и избегания.

Далее мы обратимся к семьям, в которых один из супругов удовлетворен браком, другой – нет.

В семейных конфликтах супруги из этой категории семей используют неэффективные или несогласованные стратегии поведения, например, избегание – избегание, приспособление – сотрудничество. При этом и мужья, и жены значительную роль в супружеских конфликтах уделяют контролю эмоций, указывая на то, что наилучшей стратегией поведения в этом случае будет уход от конфликта или уступка.

Таким образом, по результатам проведенного нами исследования можно сделать следующие *выводы*:

1. В семьях с высокой степенью удовлетворенности браком во взаимоотношениях с супругом преобладают наиболее эффективные стратегии поведения: сотрудничество (особенно у женщин) и компромисс.
2. Имеется прямая зависимость между удовлетворенностью браком и доверительностью, открытостью, психотерапевтичностью общения между супругами.
3. В семьях с низкой степенью удовлетворенности браком мужчины чаще всего используют самую неэффективную стратегию поведения – соперничество, в то время как женщины нацелены на компромисс.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алешина, Ю.Е. Семейное и индивидуальное психологическое консультирование. М., 1994.
2. Андреева, Т.В. Психология современной семьи. СПб., 2005.
3. Антонов, А. И., Медков, В. М. Социология семьи. М., 1996.
4. Ануцов, А.Я., Баклановский, С.В. Конфликтология в схемах и комментариях. СПб., 2005.
5. Бродаль, Х. Девять ступеней вниз, или Ссоры – конфликты – войны // Знание – сила. 1991. № 11.
6. Варга, А. Системная семейная психотерапия. М., 2001.
7. Елисеев, О.П. Практикум по психологии личности. СПб., 2003.
8. Емельянов, С.М. Практикум по конфликтологии. СПб., 2001.
9. Карелин, А.А. Психологические тесты / В 2т. М., 2001. Т.2.
10. Кратохвиль, С. Супружеская терапия // Психотерапия семейно-сексуальных дисгармоний. М., 1991.
11. Левин, К. Супружеские конфликты // Психология конфликта: Хрестоматия / Сост. и общ. ред. Н.В. Гришиной. СПб., 2001.
12. Левкович, В.П., Зуськова, О.Э. Методика диагностики супружеских отношений // Вопросы психологии. 1987. № 4. С.128-134.

13. *Малкина-Пых, И. Г.* Семейная терапия. М., 2005.
14. *Обозов, Н.Н., Обозова, А.Н.* Диагностика супружеских затруднений // Психологический журнал. Т. 3. 1982. № 2.
15. *Райгородский, Д.Я.* Практическая психодиагностика. Методики и тесты: Учеб. пособие. Самара, 2001.
16. *Самоукина, Н.В.* Парадоксы любви и брака. Психологические записки о любви, семье, детях и родителях. М., 1998.
17. *Сизанов, А.Н.* Познай себя: Тесты, задания, тренинги, консультации. Минск, 2001.
18. *Сысенко, В.А.* Супружеские конфликты. М., 1992.
19. *Сысенко, В.А.* Устойчивость брака: проблемы, факторы и условия. М., 1981.
20. *Эйдемиллер, Э.Г., Юстицкис, В.* Психология и психотерапия семьи. СПб, 1999.